

Ringelblumenöl selbst herstellen:



Calendula, die Ringelblume, gehört zu den wichtigen Heilkräutern, die in keiner Hausapotheke fehlen sollten.

Leider ist ein gutes, reines Calendulaöl im Handel nicht einfach zu finden. Dabei ist es ganz einfach, sich dieses Öl selbst herzustellen. Das macht Spaß und ist nützlich.

Da Sie dieses Produkt anhand unserer Anleitung selber herstellen, kennen Sie ganz genau die Inhaltsstoffe und können sicher sein, dass dieses Heilöl vollkommen frei von chemischen Zusätzen und Konservierungsstoffen ist.

Sie brauchen

- Ein Dutzend frisch geerntete Ringelblumenblüten (alternativ 15 Gramm getrocknete Ringelblumenblüten (Calendula) aus dem Reformhaus)
- Ca. 250ml kaltgepresstes Öl (Oliven- oder Mandelöl)
- Ein großes Weckglas
- Ein sauberes Stofftuch (Geschirrtuch, Stofftaschentuch o.ä.)
- Braunglas Tropfenflasche
- eventl. kleinen Trichter

Mit äußerst hochwertigen pflanzlichen und nativen Ölen, wie beispielsweise Oliven- auch Mandelöl (geruchsneutrale Öle sind geeigneter), lässt sich Calendulaöl problemlos selber herstellen.

Olivenöl wird für Pflegemittel gerne verwendet, wegen seiner stark hautpflegenden Eigenschaften. Ich persönlich nehme lieber Mandelöl, weil mir der Geruch angenehmer ist. Beide Öle sind aber gut geeignet.

Zubereitung

Spülen Sie zuerst das Weckglas mit heißem (frisch aufgekochtem) Wasser gründlich aus, und stellen Sie das Glas dann anschließend mit der Öffnung nach unten auf ein Küchenhandtuch. So kann das Wasser aus dem Glas herauslaufen.

Wenn das Glas trocken ist, dann geben Sie vorzugsweise frische oder alternativ getrocknete Blüten hinein und gießen es mit dem Öl auf -die Blüten sollten dabei komplett mit dem Öl bedeckt sein.

Anschließend muss die Mischung für ca. zwei Wochen an einem warmen Ort ziehen und sollte täglich leicht geschüttelt werden.



Nach Ablauf der Zeit wird der Inhalt des Glases durch ein sauberes (am besten frisch gebügeltes) Tuch gefiltert und in ein anderes sauberes Tropfenglas umgefüllt. Das Tropfenglas zuvor auch mit frisch aufgekochtem Wasser ausspülen und abtropfen lassen.

Und schon ist Ihr Öl fertig zum Gebrauch.

Lagerung

Wie jedes Öl sollte auch das Calendulaöl an einem kühlen und lichtgeschützten Ort gelagert werden.



Wir möchten Ihnen aber vorschlagen, sich dieses Öl jedes Jahr zur Zeit der Ringelblüte frisch herzustellen.

Anwendung



Das Ringelblumenöl wird zur äußerlichen Anwendung eingesetzt. Dazu geben Sie 2-3 Tropfen des Öls auf ein Pflaster oder eine Wundkomresse, legen es auf die Verletzung oder betupfen die Wunde vorsichtig. Die Anwendung sollte mehrmals täglich wiederholt werden bis die Wunde abgeheilt ist.

- Es wirkt entzündungshemmend und fördert die rasche Heilung von Wunden. Insbesondere kann es angewendet werden bei den Schürfwunden, die sich Kinder schnell zuziehen, wenn sie mal hinfallen.
- Calendula ist gut geeignet, um das Zahnfleisch unempfindlicher zu machen während der professionellen Zahnreinigung.
- Wenn die Haut wund ist bei Hautausschlägen wie Windeldermatitis oder Neurodermitis pflegt Calendula.
- Calendula ist geeignet zu Dammpflege vor der Geburt zur Verminderung der Gefahr von Dammrissen.
- Calendula hat sich bewährt bei der Pflege wunder Brustwarzen während des Stillens.
- Entzündete Hautrisse, wie sie nach Gartenarbeit oft entstehen. Diese Wunden sind eigentlich immer verschmutzt. Nach der notwendigen Wundreinigung unterstützt Calendula die Wundheilung.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß mit unserer Anleitung und erfolgreiche Anwendung des Öls.

Herzliche Grüße

Ihre Anke Wernicke

CHIRON

Bildungs- und Gesundheitszentrum

Werner Schade, Anke Wernicke GbR

Obere Siedlung 9

D - 01796 Dohma

Tel.: +49 - 3501 - 47040

Mail: info@chiron-net.de

www.chiron-net.org